Abu Afif Dz.

Anakku
BENTENGI TIDURMU

Bontang,
19 Syawal1432

Untuk Anakku TerCinta
Shifwan 'Afif Dzilqarnain
Semoga Alloh selalu menjaga dan membimbing-mu

Muh. Marwan

Bismillah

Alhamdulillah

Ash-shalatu wassalam 'ala Rasulillah

wa 'ala alihi washohabatihi wa man walah, Wa ba'dah

Segala Puji Bagi Allah yang telah memberi nikmat tarterhitung pada hambaNya, Shalawat dan Salam atas Nabi Muhammad Shallallohu'alaihi wasalam yang telah mewariskan Al-Qur'an dan Sunnahnya.

Kami susun buku kecil ini atas pemintaan buah hati kami yang sedang menuntut ilmu khususnya tahfidzul-Qur'an di PP Al-Furqan Sidayu Gresik. Ya Rabby bimbinglah saya dalam menyelesaikan tugas dari anakku ini. Semoga buku kecil ini bermanfa'at bagi saya, anak saya Afif dan adik-adiknya serta semua yang membacanya.

Buku "Bentengi Tidurmu Anakku" ini adalah buku kesatu semoga diberi kemudahan untuk buku-buku berikutnya.

wabillahi hidayah wat-taufiq

Bismillaahir-Rahmaanir-Rahiim

Bontang, 15 Syawal 1432
14 September 2011

Abu Afif Dz.

ADAB DAN DZIKIR
SEBELUM TIDUR

Anakku, Shifwan Afif Dzilqarnain, penghafal dan penjaga Al-quran, yang semoga selalu dijaga Alloh, Jika mau tidur kerjakanlah adab-adab dibawah ini dan bacalah do'a do'anya, inilah yang dicontohkan Nabi Kita Muhammad shallallohu 'alaihi wasallam.

Walau BERAT, lakukanlah! ***Berusahalah!***
............Semoga Alloh memudahkanmu.
Jika datang rasa MALAS, lawanlah! ***Bersemangatlah!*** *........Agar syetan tidak mampu mendekatimu apalagi menemani tidurmu. Semoga Alloh melindungimu.*

1. Menggosok gigi

☞Untuk menjaga kesehatan gigi , jangan sampai kuman-kuman bermalam disela-sela gigi hingga mengakibatkan gigi berlubang.

☞Setan lari menjauhi orang yang bersiwak/menggosok gigi

2. Berwudhu dengan sempurna

☞ HR Bukhari-Muslim; dari Barra' bin Azib ra, Rasulullah saw bersabda kepadaku : "Jika engkau mau tidur, maka berwudhu'lah seperti engkau wudhu' untuk sholat kemudian berbaringlah dengan miring kekanan…."

3. **Mengumpulkan kedua telapak tangan kemudian ditiup dan dibacakan** *Qul huwal-lahu ahad, Qul a'uudzu birabbil-falaq dan Qul a'uudzu birabbin naas.* **Setelah itu diusapkan ke seluruh tubuh, dimulai dari kepala – wajah - tubuh bagian depan.** lakukanlah 3 X

☞ HR Bukhari-Muslim; dari 'Aisyah ra, bahwa jika Nabi saw beranjak ke tempat tidur pada setiap malam, beliau menghimpun kedua telapak tangannya kemudian meniupnya dan membaca *Qul a'uudzu birabbil-falaq dan Qul a'uudzu birabbin naas* kemudian beliau mengusapkan kedua telapak tangannya ke seluruh tubuh menurut kesanggupannya. Beliau melakukannya tiga kali.

4. **memebaca Ayat Kursi (Al-Baqarah:255)**

☞ HR Bukhari; kisah Abu Hurairah ra saat bertugas menjaga zakat ada pencuri (syetan), setelah tertangkap yang ketiga kalinya dia berkata kepada Abu Hurairah," lepaskan aku nanti kuajarkan beberapa kalimat, yang dengan kaliamat itu Allah SWT akan memberikan manfa'at kepadamu, jika kamu mau tidur bacalah ayat kursi hingga akhir ayat karena Allah akan senantiasa menjagamu dan syetan tidak akan mendekatimu hingga pagi hari". Besoknya Abu Dzar melaporkan kejadian itu pada Nabi saw , beliau bersabda,"dia (syetan) berkata benar walaupun dia itu tukang dusta"

5. membaca 2 ayat terakhir Al-Baqarah (285-286)

☞ HR Bukhari-Muslim; dari Ibnu Mas'ud ra, dari Nabi saw bersabda, "Barang siapa membaca dua ayat terakhir surat Al-Baqarah setiap malam, maka kedua ayat itu mencukupinya [untuk melindungi dari kejahatan yang membahayakan]"

6. membaca tasbih 33x , tahmid 33x, takbir 34x.

Maha Suci Allah (33 x) (×**33**) سُبْحَانَ اللهِ,

Segala puji bagi Allah (33 x), (×**33**) وَالْحَمْدُ لِلَّهِ

Allah Maha Besar (33 x). (×**33**) وَاللهُ أَكْبَرُ

☞ dalam kitab Shahih Bukhari dikisahkan; ketika Fatimah ra disuruh Ali bin Abi Thalib ra menghadap Nabi saw untuk mengadukan kerepotannya dalam menjalani hidup yang susah, agar diberi budak atau pembantu namun tidak ketemu karena nabi saw belum pulang. Setelah Nabi saw pulang dikabari 'Aisyah bahwa Fatimah ra tadi kesini, kemudian Nabi saw mendatangi rumah Fatimah. Nabi saw menyuruhnya membaca tasbih 33x tahmid 33x takbir 34x sebelum tidur, dan beliau bersabda," yang demikian itu lebih baik bagi kalian dari pada seorang pembantu"

7. membaca do'a :

بِاسْمِكَ اللَّـهُمَّ أَمُوْتُ وَأَحْيَا.

"Dengan namaMu, ya Allah! Aku mati dan hidup.
[HR. Bukhari Muslim]

اَللَّـهُمَّ قِنِـيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَك ×3.

"Ya Allah! Jauhkanlah aku dari siksaanMu pada hari Engkau mem-bangkitkan hamba-hambaMu"
[HR AbuDawud]

اَللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ نَفْسِيْ إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِيْ إِلَيْكَ،

وَوَجَّهْتُ وَجْهِيَ إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِيْ إِلَيْكَ،

رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لاَ مَلْجَأَ وَلاَ مَنْجَا مِنْكَ إِلاَّ إِلَيْكَ،

آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِيْ أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِيْ أَرْسَلْتَ.

"Ya Allah, aku menyerahkan diri-ku kepadaMu,
aku menyerahkan urus-anku kepadaMu,
aku menghadapkan wajahku kepadaMu,
aku menyandarkan punggungku kepadaMu, karena senang (mendapatkan rahmatMu) dan takut pada (siksaanMu, bila melakukan kesa-lahan).
Tidak ada tempat perlindungan dan penyelamatn dari (ancaman)Mu, kecuali kepadaMu. Aku beriman pada kitab yang telah Engkau turunkan, dan (kebenaran) NabiMu yang telah Engkau utus." [HR. Bukhari Muslim]

☞ HR Bukhari-Muslim; dari Barra’ bin Azib ra, Rasulullah saw bersabda kepadaku : “Jika engkau mau tidur, maka berwudhu’lah seperti engkau wudhu’ untuk sholat kemudian berbaringlah dengan miring kekanan dan bacalah : …(do’a ini)… .Apabila Engkau meninggal dunia (di waktu tidur), maka kamu akan me-ninggal dunia dengan memegang fitrah (agama Islam).”

Anakku, Afif yang Shalih, tidurlah dalam posisi tetap miring kanan, letakkan tangan kananmu dibawah pipi kananmu, atau gunakan tanganmu sebagai bantal dan perbanyaklah istighfar hingga kau tetidur. Semoga Allah subhanahu wata'ala mengampunimu, menghilangkan duka lara gundah gulana serta memberi jalan keluar pada setiap masalah yang kau hadapi dan memudahkan segala urusanmu.

Jika Afif -semoga Alloh selalu menjagamu- susah tidur, karena Afif kesepian atau ketakutan atau kangen pada abi-umi dan adik-adik, bacalah doa :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ،

وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَحْضُرُوْنِ.

“Aku berlindung dengan kalimat Allah yang sempurna dari kemarahan dan siksaanNya, serta kejahatan ham-ba-hambaNya, dan dari godaan setan (bisikannya) serta jangan sampai mere-ka hadir (kepadaku). (HR.AbuDawud)

Jika Afif bermimpi buruk, maka :

1) Meludahlah ke kiri (ludah yg ringan) 3x
2) Minta perlindungan kepada Allah dari godaan setan dan kejelekan mimpi-nya, (Baca Ta'awud) 3x
3) jangan menceritakan mimpi itu kepada orang lain.
4) Rubahlah posisi tidurmu / balikkan badan
5) segera wudhu & lakukan shalat dan berdoa minta apa saja pada Alloh yang Maha Kaya

Setelah dzilqarNAIN Bangun, Jangan Lupa membaca Do'a bangun tidur yang telah NAIN hafal,yang diajarkan abi&umi sejak afif kecil, ...itu hadits shahih yang
diriwayatkan Bukhari - Muslim lho..

اَلْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِيْ أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُوْرِ

"Segala puji bagi Allah, yang mem-bangunkan kami setelah ditidurkanNya dan kepadaNya kami dibangkitkan."

Adab dan Do’a
di Kamar Mandi

Di AlFurqon, Afif bangun pagi jam ....wib. biasanya langsung ke kamarmandi ya? Sambil antri jangan lupa baca do'a :

– [بِسْمِ اللهِ] اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ.

“Dengan nama Allah. Ya Allah, se-sungguhnya aku berlindung kepadaMu dari godaan setan laki-laki dan perem-puan” [HR Bukhari Muslim]

Kemudian masuklah kamar mandi dengan kaki kiri. Di dalam kamar mandi Afif jangan membaca atau membawa Alquran, Dan setelah keluar kamar mandi/WC ucapkanlah :

– غُفْرَانَكَ.

“Aku minta ampun kepadaMu”.

Abu Afif Dz.

alhamdulillahirobbil'aalamiin